

# Здоровье сберегающие технологии в группе «Русалочка»: «Быть здоровым-здорово!»



# **Реализация инновационных здоровье сберегающих технологий в оздоровительной деятельности:**

- **Внедрение новых здоровьесберегающих технологий в деятельности ДОУ;**
- **Использование нетрадиционных приемов мотивации к здоровому образу жизни;**
- **Использование ИКТ для более наглядной демонстрации преимущества здорового образа жизни.**

# Цель:

**Выявление механизмов и методов внедрения здоровьесберегающих технологий, с помощью которых можно организовать физическое воспитание в ДОУ таким образом, чтобы оно обеспечивало каждому ребенку гармоничное развитие, помогало ему использовать резервы своего организма для сохранения, укрепления здоровья и повышения его уровня; приобщения детей к здоровому образу жизни.**

# ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ЗАДАЧИ:

- **Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей;**
  - **Совершенствование функций организма, повышения его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям средствами движения, дыхательной гимнастики, закаливания;**
- **Формирование правильной осанки, гигиенических навыков.**

# **ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ЗАДАЧИ:**

- **Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;**
- **Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности;**
- **выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему оздоровительной работы.**

# ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ ЗАДАЧИ:

- Воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- выработка привычки к соблюдению режима, потребность в физических упражнениях и играх;
  - Расширение кругозора, уточнение представлений об окружающем мире;
- Воспитание физических качеств, необходимых для полноценного развития личности.

# Методическая литература

1. Л.И.Пензулаева Физическая культура в детском саду (соответствующей ФГОС)
2. Т.Е.Харченко Утренняя гимнастика в детском саду
3. Е.А. Сочеванова Комплексы утренней гимнастики для детей 5-6 лет
4. Е.Н. Вареник Утренняя гимнастика в детском саду
5. Е.А. Алябьева Воспитание культуры поведения у детей 5-7 лет
  6. Картотека дыхательная гимнастика
  7. Картотека Пальчиковая гимнастика
  8. Картотека упражнения для глаз
  9. Картотека гимнастика после сна
  10. Картотека физические упражнения
  11. Картотека общеразвивающие упражнения
  12. Образовательная деятельность по темам здоровьесбережения
13. И.А. Винер-Усманова, Н.М.Горбулина, О.Д.Цыганкова Основы физического воспитания в дошкольном детстве
14. Программа оздоровления детей «Золотая рыбка»

# Оздоровительное пространство и оборудование



- \* Скакалки;
- \* Мячи;
- \* Кегли;
- \* Ленты;
- \* Обруч;
- \* Веревоочный канат;
- \* Гантели;
- \* Мешочки с песком;
- \* Индивидуальные коврики;
- \* Дорожка здоровья;
- \* Массажная дорожка.





# **В группе 28 детей из них:**

**1 группа здоровья- 20 человек;**

**2 группа здоровья-8 человек.**

**Диспансерные-4 человека:**

**Сорокин Илья -1гр**

**Кантаев Ярослав -2гр**

**Воронина Ульяна -1гр**

**Ленк Кирилл -1гр**

# Нетрадиционные формы оздоровления дошкольников:

1. Бионергопластика
2. Корректирующая гимнастика
3. Креативная гимнастика
4. Коммуникативные танцы
5. Гимнастика для глаз
6. Самомассаж
7. Дыхательная гимнастика
8. Минуты шалости
9. Музыкаотерапия
10. Сказкотерапия
11. Улыбкотерапия

# Бионергопластика



# Корректирующая гимнастика





# Креативная гимнастика



# Коммуникативные танцы:



**За руки дружно с тобою  
возьмемся,  
Будем кружиться мы в танце  
легко.**

**Глядя друг другу в глаза,  
улыбнемся -  
Как танцевать нам с тобой  
хорошо!**

**Пусть наши руки навстречу  
другу другу  
Дружно взлетят высоко-  
высоко.**

**Весело прыгать с тобою мы  
будем,  
Делай, как я, - это очень  
легко!**



# Гимнастика для глаз





# Самомассаж



## **МАЛЯР**

Маляр заборы красит, не любит  
отдыхать,  
Мы тоже взяли кисти и будем помогать!  
Метлой наш дворник машет, не любит  
отдыхать,  
Метлу берём, ребята, и будем помогать!  
Портной всё шьёт иголкой, не любит  
отдыхать,  
Скорей возьмём иголки и будем  
помогать!  
Вот повар суп мешает, не любит  
отдыхать,  
Мы тоже взяли ложки и будем суп  
мешать!  
Вот плотник пилит доски, не любит  
отдыхать,  
Пилу берём, ребята, и будем помогать!  
Косарь косою косит, не любит отдыхать,  
Мы тоже взяли косы и будем помогать!  
А пианист играет, не любит отдыхать  
И мы на пианино решили поиграть!



# Дыхательная гимнастика



# Минуты шалости





# Музыкатерапия



# Сказкотерапия



# Улыбкотерапия





# Формы взаимодействия с родителями

Консультация «Здоровье наших детей»

Буклеты «Здоровый образ жизни»

Презентация «Наша семья за здоровый образ жизни»

Информация «Профилактика ОРВИ и гриппа»

# В результате работы:

- у педагогов повысилась самореализация и проявление творчества в работе в соответствии со своим профессиональным уровнем, а это одна из важных задач в повышении качества образования;
- у воспитанников повысился уровень знаний об организме человека, формируется осознанное отношение к своему здоровью, стали лучше развиваться культурно-гигиенические навыки, формируются привычки к здоровому образу жизни;
- у родителей повышается уровень знаний в области формирования, сохранения и укрепления здоровья детей, здорового образа жизни в семье, увеличивается интерес к участию в оздоровительных мероприятиях вместе с детьми, положительное отношение к занятию физкультурой и спортом.

Таким образом, каждая из рассмотренных технологий имеет оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у ребёнка привычку к здоровому образу жизни.

месяц	Кол-во детей отсутствующих по болезни	Кол-во пропущенных дней по разным причинам	посещаемость	заболеваемость
Сентябрь 2014г	9 человек	127 дней	79% (489 дней)	10% (65 дней)
Октябрь 2014г	6 человек	73 дня	89% (571 день)	4% (28 дней)